

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil akhir dari kegiatan penelitian Pengembangan Alat Bantu Latihan *Rings* Senam Artistik Putra Persani Jambi menunjukkan kategori “Sangat Baik” untuk digunakan sebagai referensi pembelajaran atau bahan ajar dan layak digunakan. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian dari ahli bahasa 94,6%, dari ahli materi 100%, dari ahli media 93,3% serta berdasarkan uji coba kelompok kecil 95,2% dan uji coba kelompok besar 91,4%.

5.2 Implikasi

Implikasi pada “media pengembangan alat bantu latihan *rings* senam artistik putra persani jambi” adalah sebagai berikut:

1. Sarana media digunakan untuk berlatih *element handstan*, *L-sit* dan *support scale straddle*.
2. Dapat membantu pelatih dalam memberikan program latihan untuk memaksimalkan *element* pada alat *rings*.

5.3 Saran

Saran untuk penelitian ini antara lain:

1. Diharapkan bagi atlet, dengan adanya alat bantu latihan *rings* ini akan mempermudah dalam proses latihan, serta meningkatkan semangat dalam latihan.

2. Diharapkan bagi pelatih, untuk dapat memberikan program secara terstruktur dalam meningkatkan teknik pada alat bantu latihan *rings*.
3. Diharapkan bagi peneliti, produk pengembangan dapat digunakan untuk bahan rujukan penelitian lebih lanjut.